

Vivre la vieillesse | Septembre 2010





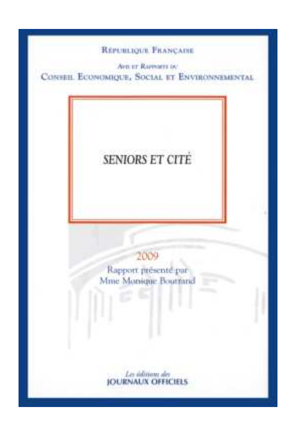
L'allongement de la durée de vie implique aujourd'hui une autre perception de notre rapport au monde et au temps. Comme le dit Régine Detambel, « la magie des commencements n'est plus refusée aux seniors ». Dans le cadre de la *Semaine senior et plus*, la semaine toulousaine des retraités, les bibliothécaires de Toulouse vous proposent une sélection de documents à l'intention des professionnels et plus largement des accompagnants. Ces essais de sociologues, psychologues mais aussi d'artistes questionnent les représentations de la vieillesse, les dispositifs d'accompagnement de la personne âgée mais présentent aussi des initiatives originales comme la « Maison des babayagas » et sont autant d'éclairages pertinents sur les nouveaux parcours de vie.

Marie-Noëlle Andissac

Ont participé :

Nadège Barreaud
Isabelle Bonafé
Anne Bouvier
Nadine Bruno
Françoise Courtiade
Stéphanie Fohanno
Sophie Grabielle
Isabelle Michel
Renée Roy
Charlotte Valat

C O M P R E N D R E



Seniors et cité

Conseil Economique, Social et Environnemental

Ed. des Journaux officiels

Journal officiel de la République française. Avis et rapports du Conseil économique, social et environnemental n°8 | 2009

Un état des lieux récent sur les seniors en France, abordé d'un point de vue démographique, économique, culturel et social. Ce rapport traite des conséquences de l'allongement de la durée de vie et du bouleversement de la structure de la population sur les divers aspects de la vie économique et sociale. L'étude fait suite à l'avis du Conseil Economique, Social et Environnemental sur l'intégration des seniors au sein de la société, adopté en mars 2009. Le CESE y appelle notamment à développer « une solidarité intergénérationnelle profitable à la société tout entière ».

Disponible à Médiathèque José Cabanis

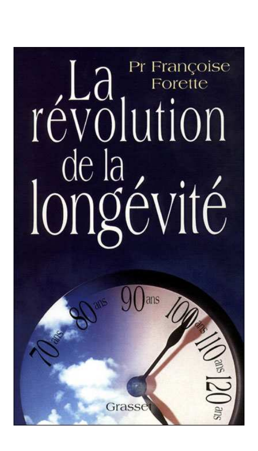


La vie au grand âge

Revue Esprit n°7 | Juillet 2010

Dans ce numéro, des spécialistes proposent des approches pluridisciplinaires qui soulignent la complexité de la prise en charge du grand âge aujourd'hui. Jusqu'à quand continuera-t-on de vieillir ? Comment ce phénomène crée-t-il de nouvelles dépendances entre les générations ? Quelles conséquences sur les dépenses de santé et le secteur de l'aide aux personnes ? Au moment où le « care » fait irruption sur la scène politique, faut-il penser le soin comme une simple réponse technique ou replacer le relationnel au centre des préoccupations ?

Disponible à Médiathèque José Cabanis | Fabre | Rangueil |Bibliothèque d'Etude et du Patrimoine



La révolution de la longévité

Françoise Forette | avec la collaboration de **Jean-Philippe Caudron**

Grasset | 1997

Il est un fait de science que trop souvent nous ignorons, et que les hommes politiques préfèrent ne pas connaître : nous vivons de plus en plus longtemps et, de mieux en mieux. Le professeur Françoise Forette l'affirme : l'espérance de vie ne fait que croître d'année en année depuis 1945 ; dans leur immense majorité, les personnes âgées sont autonomes, libres et lucides.
C'est une révolution sans précédent : nous serons presque tous centenaires ! Un médecin de renommée internationale en parle avec les mots de tous les jours et évoque les défis auxquels la société doit se préparer.

Disponible à Fabre | Pinel | Saint-Cyprien



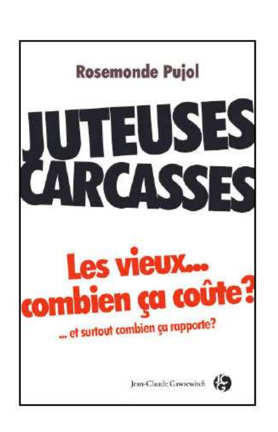
La révolte du 3ème âge : pour en finir avec le tabou de la vieillesse

Betty Friedan

Albin Michel | 1995

Le travail, le sexe et la médecine sont les trois domaines auxquels Betty Friedan s'attaque pour dénoncer l'injustice et la discrimination dont sont victimes les personnes âgées dans une société où la jeunesse est la valeur suprême.
N'est-il pas temps d'en finir avec ces préjugés et cette discrimination ? Pourquoi se priver de tant d'énergies et de compétences, de tant de savoirs et d'expériences ?
Après la révolution féministe qu'elle avait su devancer dans son célèbre ouvrage, *La Femme mystifiée*, Betty Friedan prédit une nouvelle révolution plus radicale et profonde encore : celle du troisième âge.

Disponible à Médiathèque José Cabanis | Magasin Central



Juteuses carcasses : les vieux… combien ça coûte ? …et surtout combien ça rapporte ?

Rosemonde Pujol

Jean-Claude Gawsewitch Editeur | Coup de gueule | 2009

Les personnes âgées sont des consommateurs d'un nouveau type de produits et de services et sont rentables pour le système économique. L'auteure décrit ces nouveaux marchés : investissements dans l'immobilier (constructions de logements spécialisés…), l'emploi (soignants, services à la personne), la recherche (industrie pharmaceutique, équipement médical). Elle a ensuite recueilli les témoignages et les parcours de vie de treize personnes âgées de 70 à 101 ans. Ces portraits d'hommes et de femmes, toujours dans la vie active pour certains, mettent à mal l'image de la personne âgée dépendante et assistée.
Avec beaucoup d'enthousiasme, d'humour et d'énergie, Rosemonde Pujol, 90 ans, ancienne résistante et militante de la cause féminine, bouscule les idées préconçues et nous oblige à repenser la vieillesse.

Disponible à Croix-Daurade



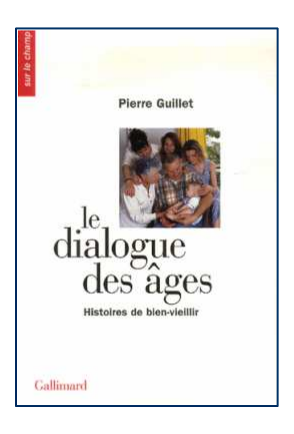
La vieillesse : de quoi avons-nous peur ?

Véronique Le Ru

Larousse | Philosopher | 2008

La vieillesse est-elle une question individuelle ou une question collective? En donnant la parole à Cicéron et Simone de Beauvoir, que le temps mais aussi les approches séparent, Véronique Le Ru, philosophe, développe les deux perspectives. Elle s'interroge sur six aspects factuels et philosophiques de la vieillesse : la prise en charge collective des aînés par les politiques et la société, le papy-boom, la gérontocratie, l'âgisme avec la place et le pouvoir des seniors, l'intergénérationnel et enfin le syndrome du paraître avec le jeunisme. Sa réflexion se poursuit autour des différentes possibilités de penser les seniors : dépendants ou déments, sujets humains ou simples objets de soins, ayant peur de vieillir ou acceptant la vieillesse comme faisant partie du cycle de la vie.

Disponible à Croix-Daurade | Minimes | Saint-Cyprien



Le dialogue des âges : histoires de bien-vieillir

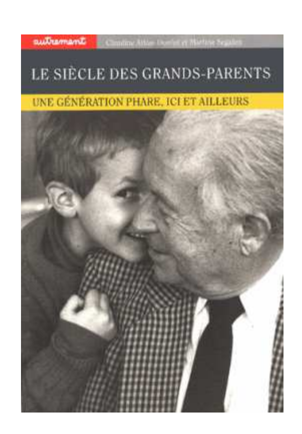
Pierre Guillet

Gallimard | Sur le champ | 2007

Dans la préface, Catherine Dolto, directrice de la collection, résume bien le propos de Pierre Guillet «un vieillard, c'est comme un bébé à l'envers ». L'un n'est pas encore écouté quand l'autre ne l'est plus. Médecin généraliste et gérontologue, il propose une vision dynamique du vieillissement : « un apprentissage de l'âge vécu de l'intérieur ». Chaque âge de la vie (il en distingue sept) prend sens avec celui qui précède et celui à venir. Des histoires vécues et des témoignages de gérontologues, psychologues, aides-soignants, émaillent cet ouvrage qui fourmille aussi de conseils pour « bien vieillir ».

Disponible à Médiathèque José Cabanis |

Bibliobus et Prêt aux collectivités



Le siècle des grands-parents : une génération phare, ici et ailleurs

Claudine Attias-Donfut, Martine Segalen

Autrement | Collection Mutations | 2001

Claudine Attias-Donfut, directrice des recherches sur le vieillissement à la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse et Martine Segalen, professeur de sociologie, étudient l'évolution des grands-parents dans les sociétés de différents pays (France, Croatie, Allemagne, Angleterre, Russie). Elles abordent cette étude aussi bien sous l'angle démographique, sociologique, ethnologique que juridique avec l'aide de spécialistes internationaux. Ce voyage à travers l'histoire se révèle passionnant et confirme la nouvelle place du grand-parent comme témoin du passé et repère pour l'avenir, à condition que le lien ne soit pas rompu par les recompositions familiales ou les distances géographiques. A noter toutefois que certaines informations juridiques sont obsolètes.

Disponible à Médiathèque José Cabanis | Saint-Cyprien |

Croix-Daurade | Empalot | Côte Pavée |

Serveyrolles | Pavillon de prêt



Une nouvelle vie pour les seniors : psychologie de la retraite

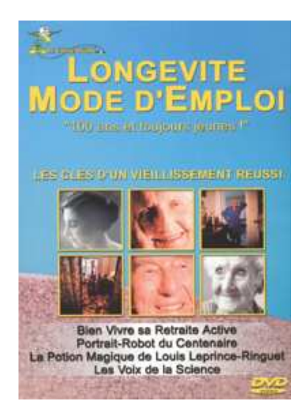
Philippe Hofman

Albin Michel | 2005

Philippe Hofman, psychologue clinicien, analyse les bouleversements qui interviennent au moment où la retraite marque l'entrée dans le monde des seniors. En s'appuyant sur ses consultations gérontologiques, il décrit et étudie les implications psychologiques des situations rencontrées par les retraités : une identité sociale à recomposer, des relations dans le couple et la famille à redéfinir, la prise de conscience du vieillissement, la peur de la solitude. Plaçant sa réflexion dans le contexte social actuel, il propose des pistes pour aider les retraités aussi bien que leur entourage à dépasser ces crises pour construire un nouvel équilibre.

Disponible à Médiathèque José Cabanis |

Bibliobus et Prêt aux collectivités



Longévité, mode d’emploi : les clés d’un vieillissement réussi

Marc Bonnel

DVD | ESV production | 2002

Ce DVD destiné au grand public offre 100 minutes de vidéo, 30 minutes de récits, des panneaux récapitulatifs et des légendes sur le thème de la vieillesse. De nombreux témoignages et des conseils pour une vieillesse réussie côtoient un état des lieux des connaissances scientifiques sur le sujet. Bien que ce document date de 2002, les explications des médecins, scientifiques et sociologues sont toujours d'actualité. Les différentes interventions apportent toutes les clés pour comprendre ou aborder au mieux le grand âge de la vie.

Disponible à Médiathèque José Cabanis

T E M O I G N E R



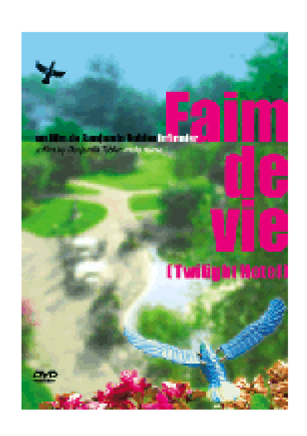
Vivre, vieillir et le dire

Renée Sebag-Lanoë

Desclée de Brouwer | 2001

L'auteure, médecin gérontologue, présente une étude détaillée pour appréhender le passage au grand âge. Elle a mené une enquête de 1993 à 1999 auprès de personnes âgées de milieu modeste, chez elles ou en institution. A travers ces témoignages émouvants, parfois durs, parfois tendres, la vieillesse est abordée sans concession. Si la confirmation du vieillissement démographique donne espoir, elle souligne la paupérisation des services gériatriques et d'accompagnement, sans lesquels « bien vieillir » devient difficile.

Disponible à Médiathèque José Cabanis |
Bibliobus et Prêt aux collectivités



Faim de vie

Benjamin Tobler

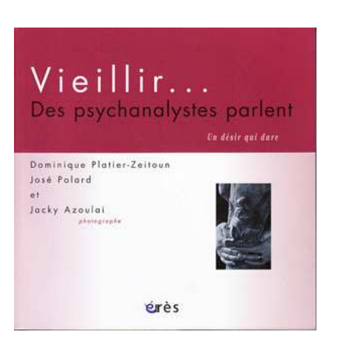
DVD | Midimages Productions | 2006

Benjamin Tobler est infirmier dans un centre médico-social pour personnes âgées en Suisse. Cinéaste à ses heures, dans ce court-métrage, il filme sans fioriture le quotidien de trois résidents. La familiarité qu'il entretient avec eux lui permet de recueillir des confidences sans tabou sur la vieillesse avec ses souffrances, ses craintes, ses espoirs et ses silences.

Ce film empreint d'émotion et de sensibilité, conduit chacun à se projeter sur la personne âgée qu'il sera demain.

A noter que Benjamin Tobler est également l'auteur d'une exposition photographique itinérante *Le temps d'y panser.*

Disponible à Médiathèque José Cabanis



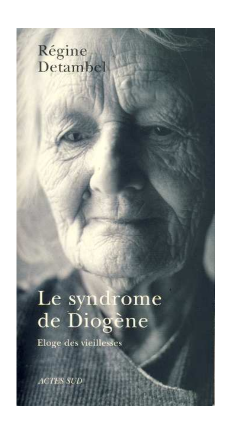
Vieillir...des psychanalystes parlent, un désir qui dure

Dominique Platier-Zeitoun, José Polard et Jacky Azoulai

Erès | 2009

Dix-neuf psychanalystes, toujours en activité, répondent aux questions des deux auteurs : qu'est-ce que vieillir ? En quoi la perspective de la mort influe-t-elle sur la pratique clinique ? Si tous témoignent du « lâcher prise » qui autorise une certaine audace, certains vont davantage vers le bilan de leur pratique quand d'autres se situent plus en tant que sujet. La diversité des témoignages amène le lecteur à élaborer son propre questionnement autour du vieillissement. Les superbes portraits en noir et blanc du photographe Jacky Azoulai donnent à ces témoignages encore plus d'humanité et de présence.

Disponible à Médiathèque José Cabanis |
Minimes | Bibliobus et Prêt aux collectivités



Le syndrome de Diogène : éloge des vieillesses

Régine Detambel

Actes Sud | 2007

Le syndrome de Diogène, décrit par Clark en 1975, caractérise un trouble du comportement de la personne âgée : négligence, déni, isolement. En écho, Régine Detambel propose un « éloge des vieillesses », obligeant le lecteur à réfléchir et faire fi des préjugés sur le grand âge. Kinésithérapeute de formation et écrivain, elle questionne dans cet essai l'image que le monde occidental porte sur les personnes âgées. Réflexion sur l'acte de création produit par des sujets vieillissants (Léonard de Vinci, Paul Claudel ou Picasso), son interrogation porte aussi bien sur les Textes Anciens et l'image du vieux sage (Cicéron, Sénèque) que sur les corps vieillissants dans leur rapport à la sexualité (à l'image des romanciers japonais Kawabati, Tanizaki). Les évocations des vieillards de Nathalie Sarraute ou d'Alice Ferney renvoient aux témoignages des écrivains octogénaires (Dominique Rolin, Benoîte Groult). Des chapitres courts, une mise en page aérée permettent une lecture « buissonnière ».

Disponible à Saint-Cyprien | Fabre | Minimes |

Bibliobus et Prêt aux collectivités



Une vie pour se mettre au monde

Marie de Hennezel | Bertrand Vergely

Carnets Nord | 2010

Aujourd'hui, le vieillissement est mal vu. Il semble impliquer la fin des activités, l'affaiblissement, la solitude et finalement, la mort. Ces peurs sont naturelles. Dans ce document, la psychologue Marie de Hennezel et le philosophe Bertrand Vergely évoquent le « bien vieillir ». Issu d'un séminaire qu'ils ont conjointement animé, ce livre aborde les questions autour des notions de vieillir, mûrir et s'accomplir. Il s'attache à dégager les différentes façons d'apprendre à accepter la vie. Un livre positif et chaleureux.

Disponible à Ancely |Saint-Cyprien |

Médiathèque José Cabanis |

Bibliobus et Prêt aux collectivités

A lire aussi : La chaleur du cœur empêche nos corps de rouiller : vieillir sans être vieux. Marie de Hennezel. Laffont. 2008.



Accompagner le vieillissement : se former et former

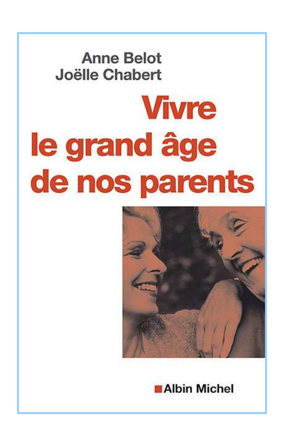
Danielle Thiebaud

Chronique sociale | Comprendre les personnes | 2008

Ecrit à destination des professionnels travaillant en institution ou à domicile, ce petit guide, plein de conseils pratiques et d'exercices, amène des réponses à toutes les personnes désireuses d'améliorer leur rôle d'accompagnant auprès des personnes âgées. Il peut être utilisé comme parcours de formation. Il aborde la façon d'être et le rapport à l'autre, la gestion des émotions, la compréhension de l'action du vieillissement, le travail en équipe et la coopération avec les familles.

Disponible à Médiathèque José Cabanis |

Bibliobus et Prêt aux collectivités



Vivre le grand âge de nos parents

Anne Belot, Joëlle Chabert

Albin Michel | 2004

Que faire face à ses parents âgés qui perdent peu à peu leur autonomie ? En cinquante questions pratiques, Anne Belot et Joëlle Chabert, journalistes spécialisées, proposent des pistes pour aider les familles dans leurs choix. Partant de témoignages, ce guide aborde la prise de conscience progressive de la perte d'autonomie, la difficulté de trouver un juste équilibre entre les souhaits des parents et la réalité à laquelle les enfants sont confrontés, la nécessité pour l'accompagnant de se préserver. Les réponses, qui concilient respect de la personne âgée et lucidité, s'appuient sur les recommandations de spécialistes.

Disponible à Médiathèque José Cabanis |

Bibliobus et Prêt aux collectivités |

Saint-Cyprien | Ancely | Saint-Exupéry



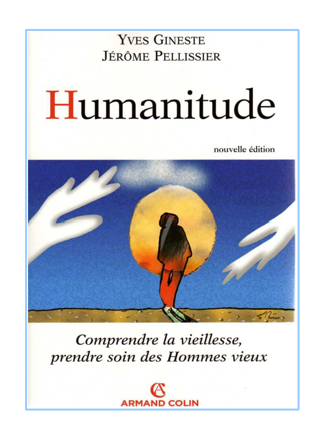
Comprendre la personne âgée

Charlotte Mémin

Bayard | 2001

Psychologue et pionnière dans le domaine de la gérontologie, Charlotte Mémin a animé de nombreux groupes de formation. Cet ouvrage est la réponse aux questions récurrentes posées depuis vingt-cinq ans par les soignants, toutes catégories et statuts confondus. Cinq chapitres pour traiter de la psychologie et de l'avance en âge, de la communication verbale et non-verbale, de la sexualité des personnes âgées et de la transmission dans la société moderne.
Cette synthèse claire et rigoureuse s'adresse aussi bien aux soignants, qu'aux familles et aux personnes âgées. Neuf textes rédigés individuellement ou collectivement par des personnes âgées sont repris en fin d'ouvrage.

Disponible à Saint-Cyprien



Humanitude : Comprendre la vieillesse, prendre soin des hommes vieux

Yves Gineste, Jérôme Pellissier

Armand Colin | (Science cherche conscience) | 2007

Cet ouvrage est destiné aux professionnels du soin à la personne âgée mais également à toute personne ayant un parent ou un proche dans cette situation. Il aborde diverses notions : le processus de vie, la question de la vieillesse d'un point de vue social et individuel, les institutions d'accueil et leur personnel : leur histoire, leur formation actuelle, leurs missions et conditions de travail, tout ce qui relève du « prendre soin ».

Disponible à Médiathèque José Cabanis |
Pradettes | Bibliothèque d'Etude et du Patrimoine



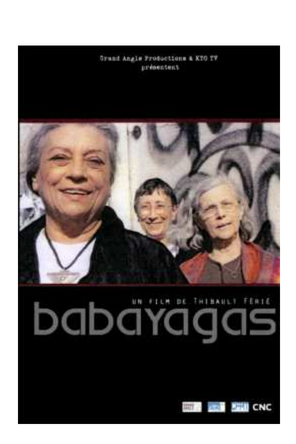
Quand nos parents vieillissent : prendre soin d'un parent âgé

Pascal Dreyer

Autrement | 2007

«Devenir le parent de son parent » : en raison de l'allongement de la durée de vie, cette situation est de plus en plus fréquente. Cet ouvrage s'ouvre sur des témoignages et des données chiffrées qui permettent de dresser un bilan à la fois médical et financier du vieillissement, tout en faisant le point sur la situation de l'accompagnement et du placement en institution des personnes âgées. Deux cahiers proposent ensuite des outils pratiques pour l'accompagnement individuel au quotidien ainsi que des références administratives, institutionnelles et associatives afin d'aider les familles dans leurs démarches (attention toutefois, les données datent de 2007).

Disponible à Médiathèque José Cabanis |
Ancely | Pinel | Saint-Cyprien |
Croix-Daurade | Minimes | Côte Pavée | Pradettes |
Pavillon de prêt | Bibliobus et Prêt aux collectivités



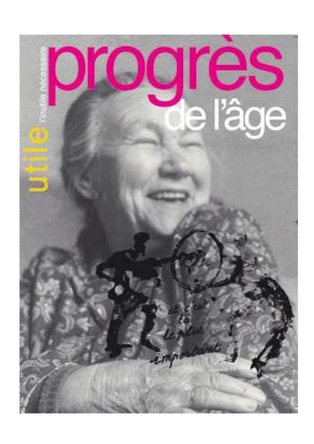
Babayagas

Thibault Férié

DVD | ADAV | 2008

Refusant qu'on décide pour elles de leur troisième âge, Thérèse, Annie et Françoise ont imaginé et décidé de construire ensemble la "Maison des Babayagas" : la première maison de retraite autogérée, citoyenne, écologique et féministe. En attendant que la maison de leur rêve existe, il y a un message urgent à faire passer : "Vieux et vieilles unissez-vous pour qu'une autre vieillesse soit possible".
Entre portrait intime et chronique sociale, le film suit les parcours et aventures croisés de ces femmes flamboyantes, conscientes de l'urgence de réinventer la vieillesse dans notre société.

Disponible à Fabre | Saint-Cyprien



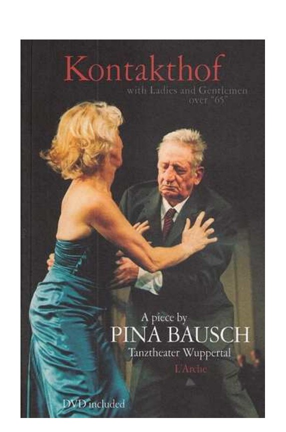
Progrès de l'âge

Revue UTILE numéro 3

Passage Piétons | mai 2007

Ce troisième numéro aborde le thème de la vieillesse en relatant la rencontre entre des personnes âgées et un collectif de compagnies de spectacles de rue et de plasticiens, Les Mêmes, installé à l'hôpital de gériatrie Charles Foix, à Paris. Des poèmes, des lettres, des témoignages… côtoient des reproductions de tableaux, des clichés documentaires, des photos, des gravures, ou encore des œuvres contemporaines réalisés lors d'ateliers créatifs.

Disponible Bibliobus et Prêt aux collectivités



Kontakthof : avec des dames et messieurs au-dessus de 65 ans

Pina Bausch

Livre DVD | Arche éditeur | 2007

Cette pièce a été interprétée en 1978 par la troupe de Pina Bausch. Reprise en 2001 par des seniors, elle porte en elle tous les thèmes chers à la chorégraphe : amour, violence, angoisse, tristesse, désir et bien sûr tendresse. Elle voulait que les danseurs ne soient plus des « professionnels aux corps aguerris, mais des vieux, amateurs de danse de salon, aux fesses lourdes et aux paupières qui tombent».
Le livre, accompagné du DVD de la représentation, contient le texte de la pièce en quatre langues, les témoignages des seniors et des metteurs en scène.

Disponible Médiathèque José Cabanis |

Fabre | Saint-Cyprien

A voir aussi : Kontakthof - version avec adolescents 2010 (présentée à Odyssud en septembre 2010)